开心不起来就看看

致天使,

知道你懒了，所以跟着我感知就行，相信我就读。

记住啦，不要思考哟！

累了就躺一躺，躺着一段时间没什么，**我陪着你呀**，没有贡献跟你的价值一点关系没有。^1

不想做事就不做啊，国家不会让你饿死的。

万物可爱！所有人都有可爱的时候（包括你）哪怕只有一点点也算可爱啦！

来 抱抱你

相信我就要接受我的好意呀，就算你现在不接受，我也不痛苦，我会跟你耗到你接受，看到你笑真的能让我很开心。^1

世上的爱无处不在



你的好就像这些烟花，坏的就像这些污渍，你的好真的比坏的多，只是没有去关注罢了。

给自己多点好的标签，想不出来的话，**我帮你**想，要相信我哦。

对我来说：你很有气质，你也是某个人的英雄，你对我特别重要，你给这世界带来了美好的意义，你是一个好的朋友，你很自爱，你很有潜力，你也有很多闪光点和突出的地方，你特别可爱，你很有趣，你特别像一个成功人士，你长得很有桃花运，跟你在一起我感到很有安全感，你很温柔，你是个有爱心的人，你的人品很好，情商智商都在线，你很有正能量，你让我对生活更有希望，你的修行很牛逼。

很多了吧，够淹没你的负面标签了吧。^1

如果现在真的发现不了好的地方，**还有我爱你**，**不管发生什么我都相信你**，这篇文章就是我的行动。

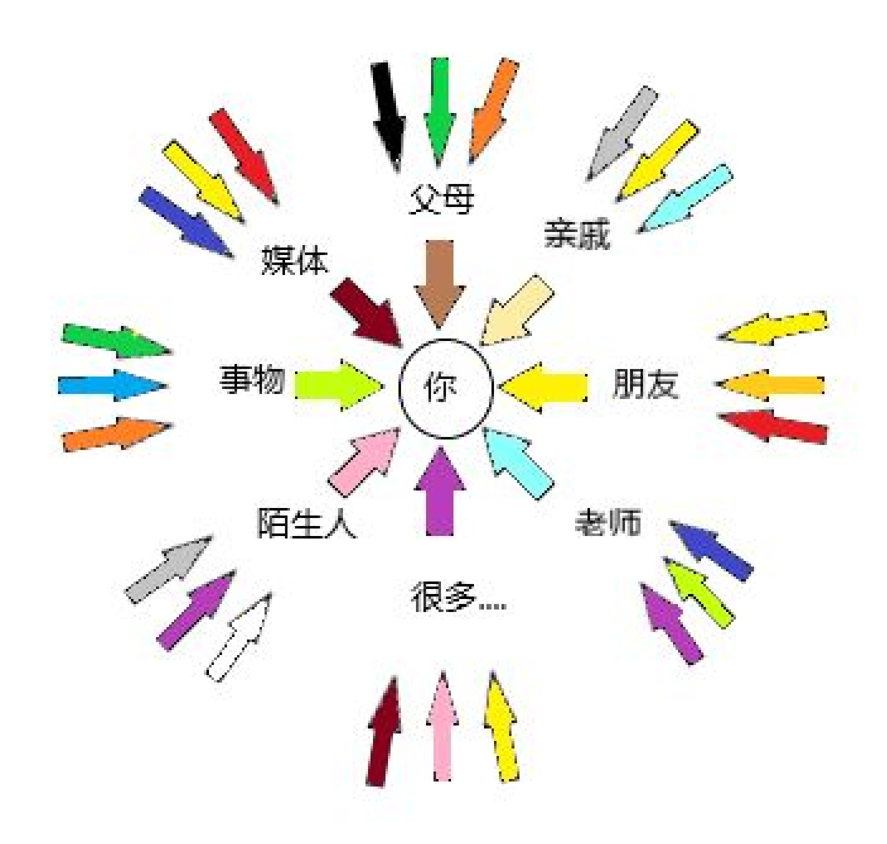
不必太刻意让别人开心，因为你让别人开心也是为了让自己开心，所以有时候都可以跨过这一段直接让自己开心就完事了。

所以**不要想太多**，自我怎么了吗？有个度就行了，别人说你自我不也是让他们更自我吗。嘻嘻嘻

所以就不用太自责呀！

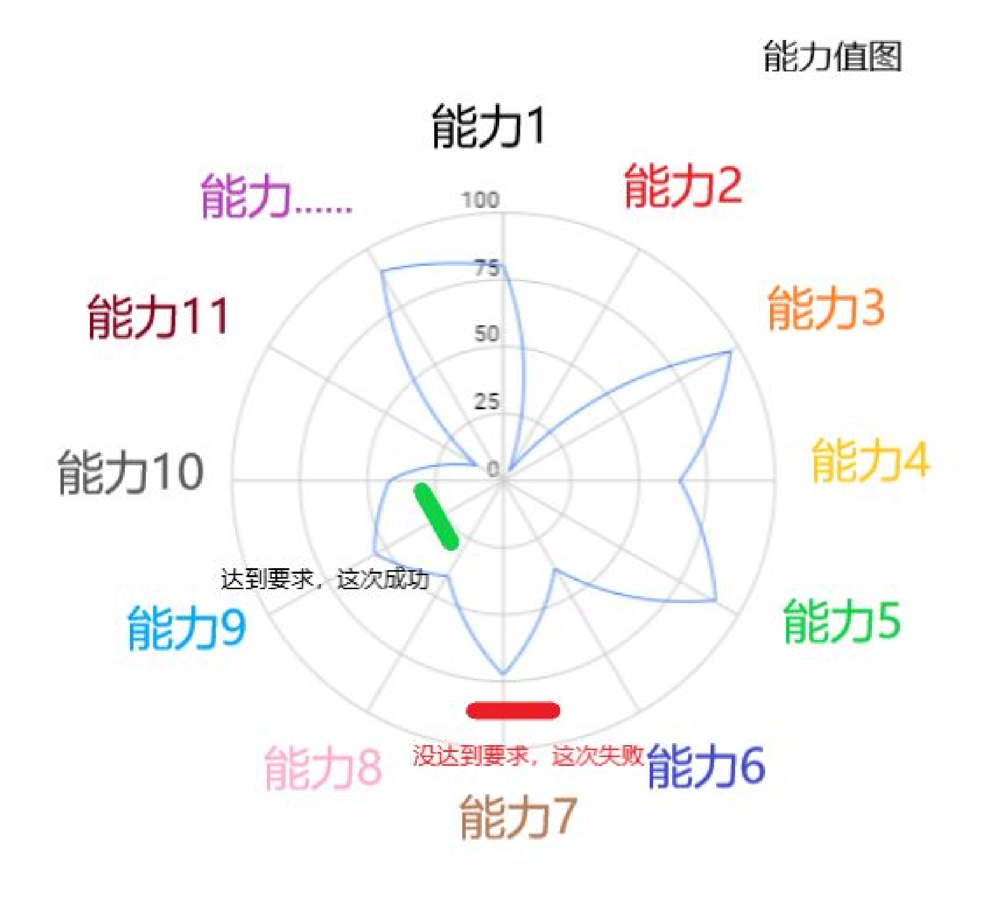
当你做出一件事真的不是完全因为你的因素，就像这张图。^1

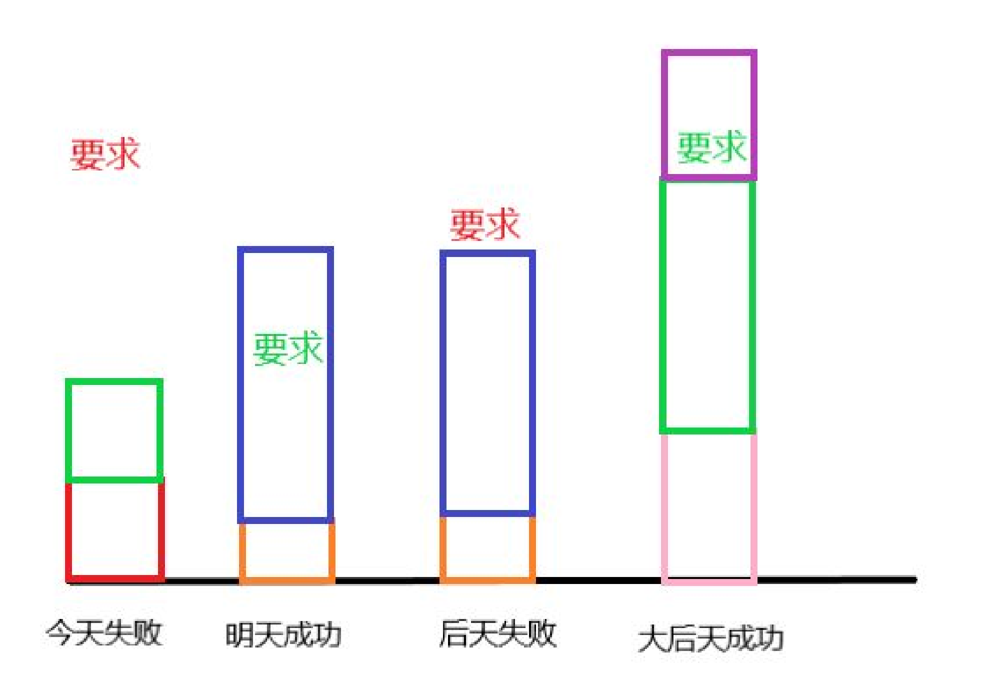
对你做出一件事的影响图



这一次没达到目标也不代表永远和彻底的失败啊，只是刚好现在的能力还要时间提升，等到下一次能力比需求高的时候就会成功了啊。

就像这两张图

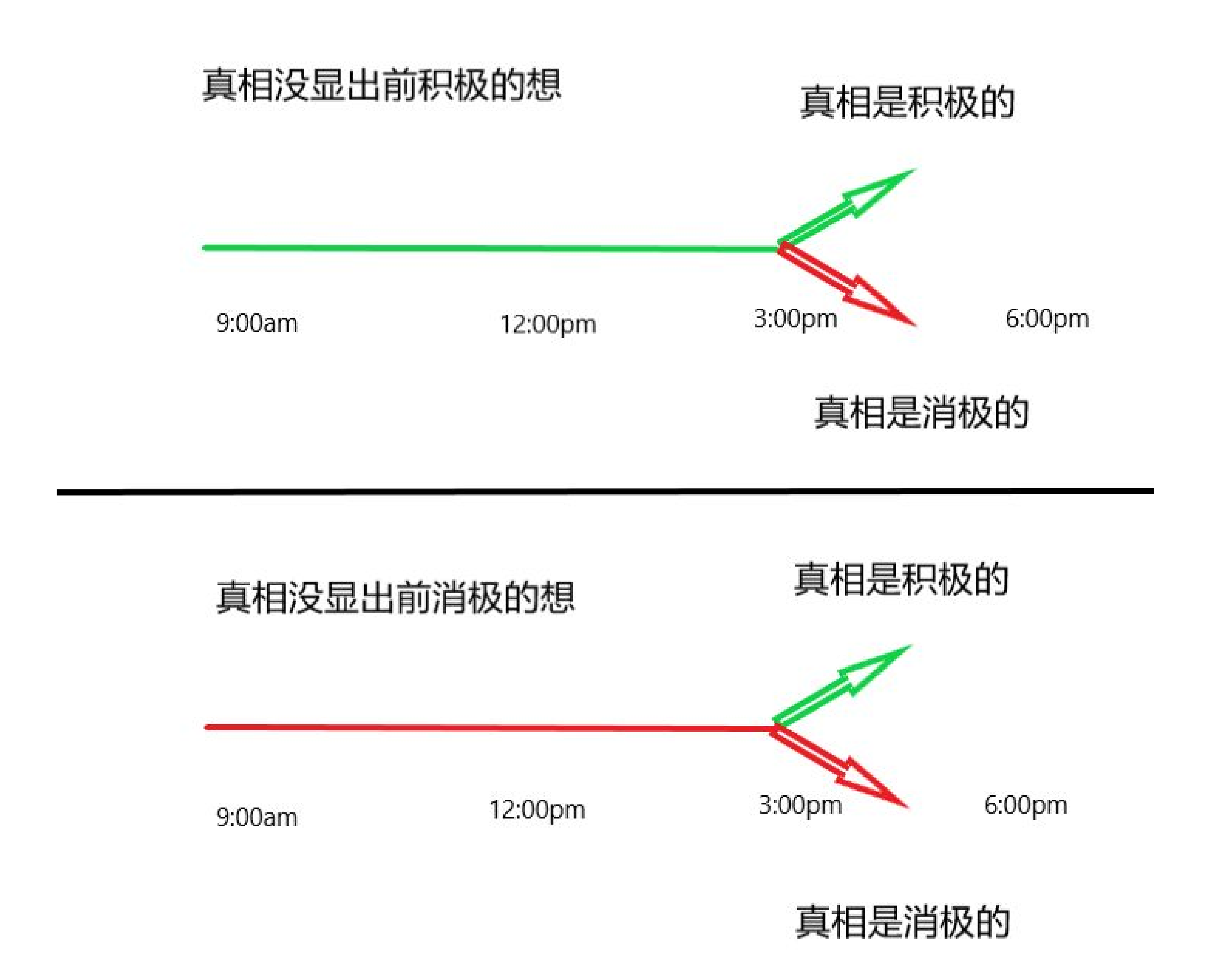

能力值图
能力1
能力2
能力3
能力4
能力5
能力6
能力7
能力8
能力9
能力10
能力11
能力……
100
75
50
25
0
达到要求，这次成功
没达到要求，这次失败


人生的成功与失败图
要求
要求
要求
要求
今天失败
明天成功
后天失败
大后天成功

每一次遇到的需求都是会变的，这一次你的供应达不到他的需求就当这一次没有缘分咯。

完美是自己定义的，真的想要满足完美的梦的话，降低标准不就行了嘛。^1

还有在真相显出之前先往好的想，这只是个不开心最小化的手段，给你个比喻图。^1



但是也完全放弃寻找真相啊！

送你句话：一时开心一时爽，一直开心一直爽！

人生很短，要是把宇宙的寿命当成人的100岁，那人生才是2 秒，**很快就过去了。**.

为了我忍一忍好不好。

就当这人生是一场短短的VR电影，不用想什么应该不应该，因为都是设定好的。^1

反正干饭还是自动的 哈哈哈 如果真的很委屈的话，等电影结束后回到了天界，就去狂揍那个恶搞你的老伴吧。

看完了就睡个觉吧，可能明天早上有个意外就有理由不用醒来了呢。

等你一起开心呀！

参考

1 伯恩斯新情绪疗法 作者: [美] 戴维·伯恩斯 (第29 页 认知扭曲的多种界定）

作者：子子